Circuito de obstáculos

Atenção família!

Que tal organizarmos um circuito de obstáculos para as crianças em casa?

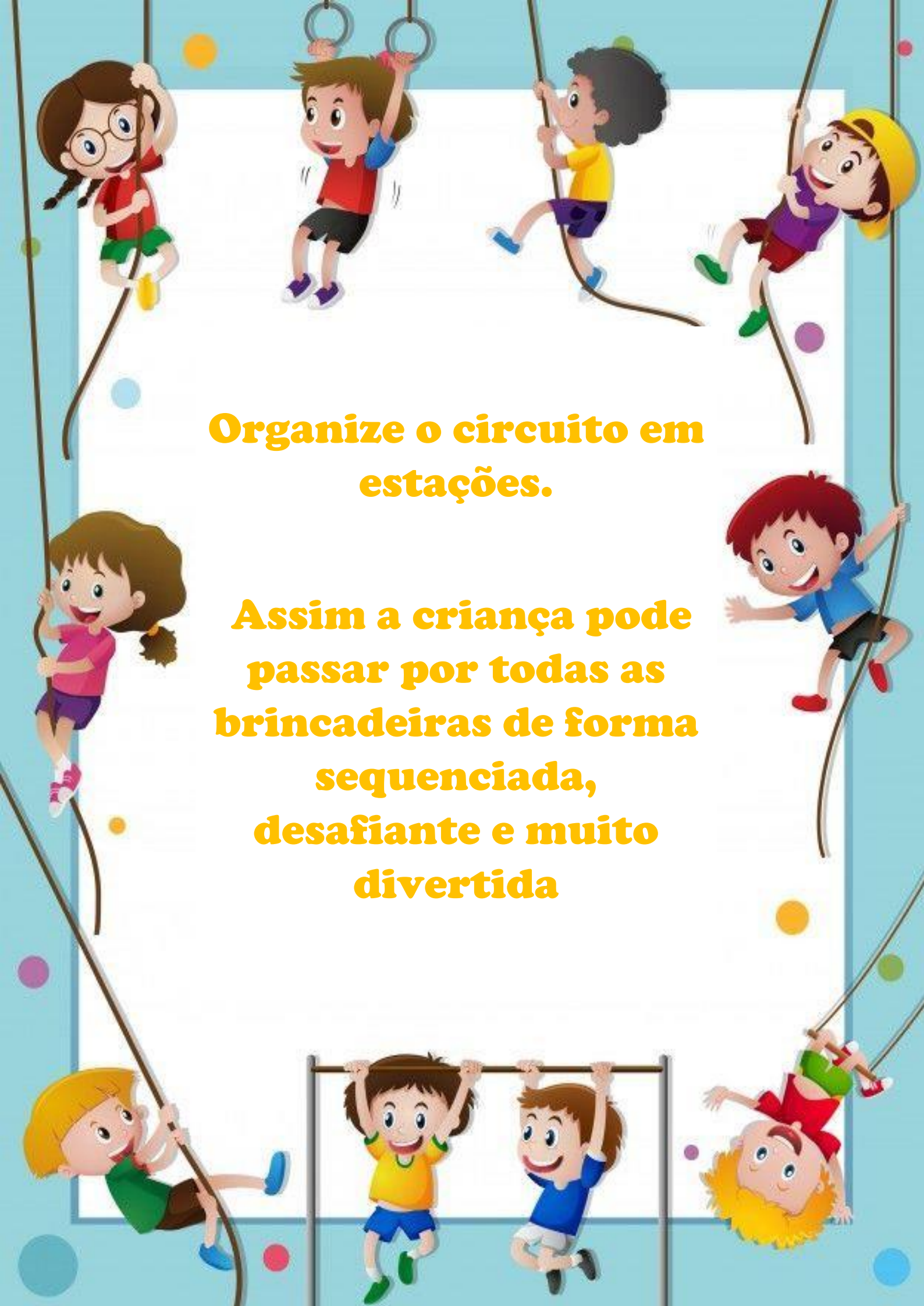
Aqui vai uma sugestão bem legal.

Materiais necessários:

- **Caixas de leite vazias ou garrafas pet**

- **01 bola de meia**

- **01 revista**



Organize o circuito em estações.

Assim a criança pode passar por todas as brincadeiras de forma sequenciada, desafiante e muito divertida

1ª estação:

Boliche de caixas de leite
Organize as caixas a uma distância de mais ou menos um metro.

A criança precisa tentar derrubar as caixas com a bola de meia.

2ª estação:

Pula, pula, pipoquinha
Pular com um pé só em um percurso de mais ou menos 2 metros.

Voltar pulando com o outro pé.

4ª estação:

Bola segura

Incentivar a criança a andar com a bola segura entre as pernas. A criança não poderá segurar com as mãos. A bola deve ficar segura apenas com as pernas. É preciso determinar o caminho a ser percorrido. Ideal que no início seja um caminho reto e sem obstáculos.